

## *Posibles efectos...*

El abuso sexual de un niño es muy traumático. Los niños que son víctimas crean maneras de lidiar con el problema para superar el dolor pero algunos de estos métodos pueden causar problemas en la vida adulta.

- Siempre víctima –Algunas víctimas de abuso infantil pueden seguir viéndose como víctimas mientras van creciendo. Pueden sentirse aisladas y sin esperanzas para cambiar su vida; pueden entrar en relaciones donde son victimizadas nuevamente.
- Victimizador – Los sentimientos de gran dolor, enojo y pérdida de control pueden llevar a la víctima a que abuse a otros de alguna manera.
- Abusador de drogas – Algunos sobrevivientes de abuso sexual infantil pueden desarrollar problemas con el uso del alcohol y otras drogas, o pueden presentar problemas de alimentación.

## *Si necesita ayuda...*

Puede ser muy difícil no sólo para usted sino también para su pareja vivir con los efectos duraderos del abuso sexual infantil.

Con los servicios que ofrece el Programa de Asistencia a Víctimas y Asalto Sexual, usted puede superar el pasado y crear un futuro mejor.

**Para más información llame al  
Programa de Asistencia a Víctimas y  
Asalto Sexual (VASAP)  
1301 Piccard Drive Suite 4100  
Rockville, Maryland 20850  
(240) 777-1355  
(240) 777-1347 TDD  
(240) 777-4357 Línea de Crisis 24 horas**

[www.montgomerycountymd.gov/vasap](http://www.montgomerycountymd.gov/vasap)



**Condado de Montgomery, Maryland  
Departamento de Salud y Servicios Humanos**

## **Existe Ayuda Para Adultos Abusados Cuando Eran Niños**



**Programa de Asistencia a Víctimas y  
Asalto Sexual (VASAP)  
240- 777-1355  
240-777-1347 (TDD)**

## ***Puede que se sienta muy solo/a ... pero no lo está***

Más de una cuarta parte de los niños en este país -niños y niñas- son víctimas de abuso sexual.

Cuando un niño es abusado, el trauma puede tener efectos en la vida adulta. Muchos hombres y mujeres sufren en silencio.

Si usted fue abusado/a cuando era niño/a es muy probable que usted sepa lo que es:



- sentirse solo y diferente a otras personas;
- sentirse mal sobre sí mismo;
- estar con ansiedad, deprimido, con miedo o muy desconfiado;
- tener sentimientos de enojo, dolor y vergüenza;
- encontrar muy difícil establecer y mantener relaciones con otros;
- hallar muy difícil el obtener éxito o valorar sus logros.

## ***Adultos que fueron abusados cuando niños han sobrevivido ...***

Pero muchos no saben lo que eso significa. Los sentimientos negativos que sufren los adultos son cicatrices escondidas del abuso sexual infantil. Y las cicatrices significan que la cura ha comenzado.

Usted es fuerte, usted puede superar su pasado doloroso. Con la guía y apoyo de un profesional especializado usted puede:

- Permitirse recordar lo que pasó, aunque sea doloroso.
- Poner la culpa donde corresponde - con el abusador. ¡No fue culpa suya!
- Darse crédito por su valor. Usted se ha guiado a sí mismo a través de un período terrible; ahora puede usar sus fuerzas para recuperarse.
- Tratar con el enojo en una forma constructiva: ¡Puede transformar su rabia en energía creativa!
- Aprender a ser bueno consigo mismo. El cambio toma tiempo. Sea paciente y amable con usted como lo es con otros.

## ***Existen servicios que pueden ayudar a que se recupere ...***

Si usted es residente del condado de Montgomery usted podría calificar para los siguientes programas a corto plazo:

- consejería individual
- consejería de pareja
- terapia de grupo.

Usted también puede obtener información sobre servicios en otros lugares.

Aquellos que tengan seguro médico o puedan pagar pueden ser ayudados por nuestro programa para ser referidos a otro lugar. Nuestro programa es parte de una red de proveedores de servicios de salud mental de agencias públicas y privadas.